

Programmheft

September 2024

bis Februar 2025

ELTERN-KIND-ZENTRUM

Region Bad Radkersburg



*„Angebote mit Kompetenz und Herzlichkeit
für Familien“*

Spatzennest -
Spielgruppe für Kinder ohne Begleitung
Mittwochs 8.30-11.00 Uhr

Säuglings - Wiederbelebungs-kurs
Montag 16. September
18.30 bis 19.30 Uhr

Erste Hilfe Kindernotfallkurs
Montag 30. September und 7. Oktober
17.00 - 21.00 Uhr

Laternenfest
Mittwoch 6. November, 16.30 Uhr
Treffpunkt im Garten des EKiz

Nikolausfeier
Freitag 6. Dezember, 9.30 Uhr
im Turnsaal des EKiz

Eltern-Kind-Beziehungsgruppe
5-teilig ab Dienstag 1. Oktober
15.30 - 17.00 Uhr, kostenlos

**Selbstfürsorgegruppe für
die bewusste Frau**
5-teilig ab Dienstag 1. Oktober
18.30 - 20.00 Uhr, kostenlos

Anmeldung ONLINE unter
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at

Tel.: 0664-3430440

Mail: ekiz.radkersburg@aon.at

Persönlich bei uns in

Weixelbaum 51

8483 Deutsch Goritz



SCHWANGERSCHAFT- GEBURT- BABY



HEBAMMENSPRECHSTUNDE - STILLVORBEREITUNGSGESPRÄCHE

Die Lebensphase, in der wir beschließen eine Familie zu gründen, ist eine sehr herausfordernde. Vieles verändert sich, ist unbekannt und es können Unsicherheiten und viele Fragen auftreten. Gerne begleite ich euch in dieser Zeit.

Hebamme: Dipl. Hebamme Carina Summer **Termine nach Vereinbarung in den Ordinationsräumen im Eltern-Kind-Zentrum.**

Carina Summer

Tel.: 0664-4177094

carina.summer@gmx.at

ELTERN WERDEN - WAS KOMMT DA AUF UNS ZU?

3-teiliger Geburtsvorbereitungskurs für Paare

Dieser Kurs richtet sich an Paare ab der 25. SSW zur ganzheitlichen Vorbereitung auf die Geburt und die erste gemeinsame Familienzeit. Wir sprechen über die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, ein Baby zu Hause, und wie wir in dieser Zeit den Weg finden können, unsere Elternschaft selbstsicher, lebendig und mit Leichtigkeit zu leben.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Do 10.10., 17.10., 24.10.

jeweils 18.00 - 20.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 95 Euro pro Paar

STILLEN - EIN GUTER START INS LEBEN - WORKSHOP

Aller Anfang ist schwer - aber das muss nicht sein. Stillen ist das natürlichste der Welt, aber nicht das einfachste. Mit den richtigen Tipps und guter Vorbereitung lassen sich viele Schwierigkeiten vermeiden. In diesem Workshop erfährst du alles für einen entspannten Start in die Stillzeit.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Donnerstag, 21. November

9.30 - 11.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 15 Euro

BEWEGT UND AKTIV IN DER SCHWANGERSCHAFT

Um sich rundum wohlfühlen und in Kontakt mit seinem Körper zu bleiben, ist Bewegung in der Schwangerschaft besonders gut. In diesem Kurs werden wir aktiv an unserem Körper arbeiten. Wir werden ihn bewegen, dehnen, kräftigen, entspannen, um das Wohlbefinden von Mama und Baby zu steigern. Schwangerschaftsbeschwerden werden damit vorgebeugt oder gelindert und dein Körper wird bestens auf die Geburt und die Zeit mit dem Baby vorbereitet. Es werden auch Elemente aus TCM und Yoga sowie eine Unterstützung mit Klängen in den Kursablauf eingebaut.

Mitzubringen: Gymnastikmatte, wenn vorhanden, Handtuch **Referentin:** Anita Müller, Bsc Physiotherapeutin

Mittwoch, ab 9. Oktober

6 Einheiten

immer 18.15 - 19.15 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 66 Euro für 6 EH

MAMA MACHT SICH FIT- RÜCKBILDUNGSKURS

Babys bis ca. 9 Monate sind willkommen!

Durch Schwangerschaft und Geburt hat sich dein Körper und die Wahrnehmung zu deinem Körper vielleicht verändert. In diesem Kurs wollen wir ganz behutsam wieder fit und aktiv werden. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Kräftigung des Beckenbodens und der Bauchmuskulatur. Geeignet für Mamas ab 8 Wochen nach der Geburt, bei Kaiserschnitt nach 12 Wochen.

Referentin: Dipl. Hebamme Carina Summer

Donnerstag, 3.10., 10.10.,

17.10., 24.10., 7.11.

jeweils 10.00 - 11.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 55 Euro für 5 EH

BAUCHZWERGENTREFF - DER TREFFPUNKT FÜR SCHWANGERE

Du erwartest ein Baby und möchtest dich gerne mit anderen werdenden Mamas austauschen oder neue Freundschaften knüpfen? Egal, in welcher Schwangerschaftswoche du dich gerade befindest, bist du herzlich willkommen! Die Schwangerschaft ist einfach eine aufregende, vorfreudige Zeit, begleitet von sehr vielen Fragen, die plötzlich auftreten können. Deswegen kann es sehr hilfreich sein, sich mit anderen Frauen auszutauschen, die sich gerade in derselben Situation befinden. Jedes Treffen wird individuell gestaltet. Es erwarten dich Entspannungsübungen, spannende Informationen über die Gehirnentwicklung einer Mutter, Tipps und Tricks für die Zeit im Wochenbett, als auch darüber hinaus oder einfach nur ein gemütliches Beisammensein unter Frauen, um dir eine Auszeit zu gönnen.

Referentin: Maria Heigl, Mama, Sozialpädagogin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Dienstag, 10.9., 8.10., 5.11.,

3.12., 7.1., 4.2.

18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 5 Euro pro Treff

TRAGETUCHWORKSHOP - MIT LIEBE GEBUNDEN

Babys werden als Traglinge geboren! Sie haben nach der Geburt ein großes Bedürfnis nach Nähe, Wärme und Geborgenheit. Beim Tragen werden diese Bedürfnisse erfüllt. Tragen erleichtert den Eltern den Alltag und unterstützt die Entwicklung des Babys! Themen: Theoretischer Teil zu physiologischen und psychologischen Aspekten des Tragens, Beratung bei der Wahl eines Tragetuchs oder Tragehilfe, Erlernen von Bauch-, Hüft- oder Rückentrageweise.

Referentin: Irina Gsellmann, zert. Trageberaterin

Freitag, 13. Dezember

9.30 - 11.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 12 Euro

mit EKIZ Card 10 Euro



ELTERN - KIND - SPIELGRUPPEN

Für Kinder von 0 bis ca. 4 Jahre

Auch Omas und Opas sind herzlich willkommen!

In einer liebevollen Umgebung lernt ihr andere Eltern und Kinder kennen. EKİ-Gruppen sind ein Ort, an dem Freundschaften entstehen und Gemeinschaft gelebt wird. Eltern reden über das Eltern-sein. Kinder spielen mit Kindern. Es erwartet Euch ein abwechslungsreiches Angebot mit singen, spielen, basteln, Geschichten hören, tanzen und gemeinsam jausnen. Durch Anwesenheit vertrauter Personen fühlen sich die Kinder sicher und können dabei beim Spielen Erfahrungen mit Gleichaltrigen sammeln. EKİ-Gruppen sind eine sanfte Vorbereitung auf Kinderkrippe und Kindergarten.

Mitzubringen: Eine kleine Jause und Hausschuhe

Kosten: 4 Euro pro Treffen, mit EKİZ Card kostenlos

Anmeldung ist nicht notwendig!



Eltern-Kind-Spielgruppe	Termine
Babycafe Dienstag 9.30 - 11.00 Uhr im Eltern-Kind-Zentrum Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	wöchentlich
Springmäuse Dienstag 9.00 - 10.00 Uhr im Turnsaal des Eltern-Kind-Zentrums Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder	10.9., 24.9., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11., 3.12., 17.12., 7.1., 21.1., 4.2.
Musikkäfer Donnerstag 9.30 - 11.00 Uhr im Eltern-Kind-Zentrum Leitung: Sabrina Pfleger, Kindergartenpädagogin	wöchentlich
Lesemaus trifft Bibelmaus Mittwoch 9.30 - 11.00 Uhr Leitung: Claudia Haiden, Büchereileiterin, Religionspädagogin Ort: ehemalige Bücherei St. Peter a. O., Haus des Kindergartens	18.9., 2.10., 16.10., 30.10., 13.11., 27.11., 11.12., 8.1., 22.1., 5.2., 19.2.
Spielmäuse Montag 9.30 - 11.00 Uhr im alten Gemeindehaus, 8342 Gnas 72 Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	9.9., 23.9., 7.10., 21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 30.12., 13.1., 27.1., 10.2.
Minibärchen Freitag 9.30 - 11.00 Uhr im Haus der FF Mettersdorf a. S., 8092 Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	20.9., 18.10., 15.11., 13.12., 3.1., 31.1., 14.2.
Murnockerl Freitag 9.30 - 11.00 Uhr im Saal der FF Eichfeld 43, 8480 Leitung: Maria Heigl, Sozialpädagogin, dipl. Lebens- und Sozialberaterin	13.9., 27.9., 11.10., 25.10., 8.11., 22.11., 6.12., 20.12., 10.1., 24.1., 7.2.
Radkersburger Familientreff Kunterbunt Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder Ort: Haus der FF Laafeld 69, 8490 Bad Radkersburg	17.9., 15.10., 12.11., 10.12., 14.1., 11.2.

ELTERNBILDUNG IN DEN ELTERN-KIND-SPIELGRUPPEN

Babycafe: Ernährung im ersten Lebensjahr | Di 1. Oktober mit Bettina Niederl, freiberufliche DGKKP

Babycafe: Alles rund ums Abstillen | Di 26. November mit Dipl. Hebamme Carina Summer

Babycafe: Achtsames begleiten von Babytränen | Di 14. Jänner mit Bettina Niederl

Spielmäuse: Großeltern und Enkelkinder - ein starkes Team | Mo 18. November mit Thesi Lesiak Schwab, Elternbildnerin

Lesemäuse: Komm wir machen Ordnung | Mi 16. Oktober mit Christine Schwarzenberger

Murnockerl: Über Medien reden | Fr 11. Oktober mit Barbara Meixner, VIVID



PAPA KIND FRÜHSTÜCK

Väter von heute wollen eine intensive Beziehung zu ihren Kindern aufbauen. Sie übernehmen einen aktiven Part in der Erziehung und sind bei wichtigen Aktivitäten dabei. Dieser offene Treffpunkt lädt alle Papas ein, mit ihren Kindern eine gemütliche Zeit zu verbringen und gleichzeitig Erfahrungen mit anderen Papas auszutauschen. Papas machen es anders und bereichern dadurch das Leben ihrer Kinder. Ein einfaches Frühstück ist vorbereitet.

Samstag 9.00 - 10.30 Uhr
12.10., 16.11., 14.12., 18.1.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 4 Euro
mit EKİZ Card kostenlos

KINDERKURSE



SPATZENNEST - Spielgruppe für Kinder ab ca. 2,5 Jahren ohne Begleitung

In dieser Kleingruppe finden Kinder Platz, die schon Kindergartenluft schnuppern und Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen sammeln wollen. Auf die Bedürfnisse und Interessen der Kinder abgestimmt, gibt es ein abwechslungsreiches Programm mit Liedern, Tänzen, Geschichten, Bewegungsspielen, malen oder basteln. Die Kinder werden langsam und sanft auf den Kindergartenalltag vorbereitet. Bitte Jause und Getränk, Hausschuhe, Windeln, Wechselkleidung mitgeben.

Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspäd. für Kinder und Maria Heigl, Sozialpädagogin

Mittwochs 8.30 – 11.00 Uhr
laufender Einstieg ist möglich.
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kostenlose Schnuppereinheit
Kosten: 65 Euro für 8 Einheiten
60 Euro mit EKiz Card

ELTERN-KIND-BEZIEHUNGSGRUPPE *New!*

Für Mütter/Väter/Hauptbezugspersonen mit Kindern von 1 bis 3 Jahren

Die Eltern-Kind-Beziehungsgruppe ist eine reformpädagogische Eltern-Kind-Spielgruppe, welche sich an neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen orientiert. Die Eltern-Kind-Paare werden einfühlsam, bedürfnisorientiert und kompetent begleitet. Ziel ist es, dass Eltern ihre Kinder noch besser kennenlernen, sowie ihr Handeln verstehen und ganzheitlich in ihrer Entwicklung begleiten können.

Referentin: Andrea Maria Koch, MSc akademische psychologische Beraterin, Eltern- und Erziehungsberaterin, Reform- & Kindergartenpädagogin

Dienstags 01.10., 15.10., 29.10.,
12.11., 26.11.
jeweils 15.30 – 17.00 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: Kostenlos, gefördert
im Rahmen des Innovationscall
Impuls Elternbildung vom Land
Steiermark A6

“BUNNIES“ ENGLISCHGRUPPE

Hello! How are you? My name is ... Yellow, blue...Cat, dog...One, two, three...

Und noch mehr! Englisch lernen mit Spaß, Bewegung und allen Sinnen!

Leitung: Maja Mavsar, VS-Pädagogin, Englisch Kursleiterin für Kinder Die Einteilung in die Gruppen erfolgt zusätzlich noch nach den Vorkenntnissen.

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Montag ab 30. September
4-5 Jahre 14.30 - 15.20 Uhr
Ab 5 Jahre 15.30 - 16.20 Uhr
Kosten: 64 Euro für 8 Einheiten
60 Euro mit EKiz Card

ELTERN - KIND - TURNEN – MINIS (2 - 4 Jährige)

Mit der Mama, Papa, Oma oder Opa den Turnsaal erkunden, klettern, rutschen, springen und schaukeln. All das können die Kinder erproben und ihrem Alter entsprechend erfahren. Mit allen Sinnen entdecken die Kinder ihre Möglichkeiten, sich zu bewegen, stärken ihr Körpergefühl und knüpfen die ersten Kontakte in der Gruppe.

Donnerstag ab 3. Oktober
Minis: 15.00 – 15.45 Uhr
Maxis: 16.00 - 16.45 Uhr

TURNEN MAXIS (2 - 4 Jährige) OHNE BEGLEITUNG

Bewegungsspiele, Gerätelandschaften, Turnen mit verschiedenen Materialien oder Ballspiele werden vorbereitet und können von den Kindern entdeckt werden. Wir versuchen unsere Grenzen zu erweitern, Neues zu erproben und werden natürlich dabei auch eine Menge Spaß haben.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Turnpatscherl und Durstlöcher.

Leitung: Sabine Putz, Dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder

Ort: Turnsaal EKiz
Kosten: 64 Euro für 8 Einheiten
60 Euro mit EKiz Card

TURNEN FÜR SCHULKIDS (6 - 10 Jährige) *New!*

In diesen Turnstunden kommen alle Geräte zum Einsatz, die der Turnsaal bietet. Von lustigen Spielen und herausfordernden Balance-, Gleichgewichts- und Koordinationsübungen bis hin zum Geräte-turnen wird alles geboten. Ein abwechslungsreiches Spiel- und Turnerlebnis.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Turnpatscherl oder Anti-Rutschsocken und Durstlöcher

Leitung: Caudia Riedl, Dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin, Kinder-Bewegungscoach

Dienstag ab 1. Oktober
16.30 - 17.15 Uhr
Ort: Turnsaal EKiz
Kosten: 64 Euro für 8 Einheiten
60 Euro mit EKiz Card

MINIDANCE für Kinder ab 4 Jahre ohne Begleitung

Bewegung, Musik, Tanz - und Rhythmusspiele stehen auf dem Programm. Entsprechend dem Alter werden wir die Tanzstunden abwechslungsreich und mit Elan gestalten.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Turnpatscherl, A5 Mappe und Durstlöcher

Leitung: Annemarie Seitz, VS- Pädagogin Kindertanzlehrerin (ADTV)

Freitag ab 4. Oktober
15.00 - 15.45 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 64 Euro für 8 Einheiten
60 Euro mit EKiz Card

MUSIK ERFAHREN - MUSIK ERLEBEN - MUSIK GESTALTEN *New!*

Für Kinder zwischen ca. 18-36 Monate mit Begleitung

Wie klingt der Dschungel? Wer schaukelt da im Wasser? Was ist eine Kalimba? Mit viel Fantasie tauchen wir musikalisch in verschiedenste Welten ein. Dabei entdecken wir unterschiedliche Instrumente, tanzen zusammen und bewegen uns frei oder auch geführt zu themenbezogener Musik. Zugleich wird die Improvisation durch das Spiel mit Geräuschen, Klängen und Materialien erprobt. Nebenbei lernen wir Schoßreiter, Schaukelspiele und Sprüche kennen, finden aber auch einleitende und abschließende Rituale, die unseren Erlebnissen einen Rahmen geben.

Leitung: Martina Plasch, MA MA MA, Instrumentalpädagogin mit Schwerpunkt Elementarpädagogik, Konzertpianistin

Montag ab 4. November
5 Einheiten, 15.30 - 16.30 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 45 Euro für 5 Einheiten
40 Euro mit EKiz Card

TREFFPUNKT GENERATIONEN



„Zusammen ist man
weniger allein“

AUFBAUENDE BECKENBODENGYMNASTIK Für Frauen aller Altersgruppen

Mit gezielten Übungen und Informationen für den Alltag werden der Beckenboden, sowie unsere Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt. In diesem Kurs gehen wir auf ihre Fragen ein und erlernen gemeinsam Übungen, die sie regelmäßig anwenden und in ihren Alltag einbauen. Es werden auch Elemente aus TCM und Yoga sowie eine Unterstützung mit Klängen in den Kursablauf eingebaut.

Mitzubringen: Warme Socken, Gymnastikmatte wenn vorhanden, Handtuch

Referentin: Anita Müller, Bsc Physiotherapeutin

Mittwoch ab 9. Oktober
6 Einheiten

17.00 - 18.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 66 Euro für 6 Einheiten

GENERATIONENSINGEN Für Erwachsene und Kinder jeden Alters

Oma, Opa, Mama, Papa, Kinder...alle sind herzlich willkommen. Wir singen Lieder, die verschiedene Generationen durch ihr Leben begleiten, so dass für jeden etwas dabei ist, das er mit Sicherheit kennt. Denn jeder weiß, wie schön es ist, miteinander zu singen! Gemeinsames Singen klingt nicht nur schön, sondern macht auch richtig Spaß und baut Brücken zwischen den Generationen.

Leitung: Claudia Haiden, Religionspädagogin, Leitung Familienchor St. Peter a. O.

Dienstag 1. Oktober

„Tag der älteren Generation“

15.30 - 16.30 Uhr

Ort: Pfarrheim St. Peter a. O.

Kosten: kostenlos

VEGETARISCHER HERBST – EINFACH UND GESUND FÜR DICH UND DIE NÄCHSTEN GENERATIONEN



Gemeinsames Kochen für Eltern, Großeltern und Interessierte

In diesem Kochworkshop werden wir den Herbst in all seinen Formen und Farben als zentrales Thema haben. Herbstliches Gemüse, wie Kürbis, Kartoffel und Süßkartoffel werden wir dabei zu klimafitten, vegetarischen und natürlich schmackhaften Gerichten verarbeiten. Wir freuen uns auf ein buntes Menü, welches wir im Anschluss gemeinsam verkosten dürfen.

Leitung: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheits- und Ernährungstrainerin

Montag 21. Oktober

18.00 - 21.00 Uhr

Ort: MS St. Peter a. O.

Kosten: 18 Euro inkl.

Lebensmittelkosten

Gefördert durch die Klima- und Energiemodellregion.

KOMM WIR KOCHEN ZUSAMMEN!

Für Großeltern, Eltern und Kinder ab ca. 2 Jahren

Kinder lieben es, in der Küche aktiv zu sein. Waschen, schneiden, kneten, rühren und ein bisschen kosten zwischendurch – jede Hilfe ist willkommen. Köche und Köchinnen aller Generationen unterstützen sich gegenseitig beim gemeinsamen Kochen und anschließend werden alle zubereiteten Speisen gemeinsam verkostet.

Leitung: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheits- und Ernährungstrainerin

Thema: Nudeln & Co

Termin: Montag, 18. November

15.00 – 17.30 Uhr

Ort: Küche MS Deutsch Goritz

Kosten: 15 Euro inkl. Material

BÜCHERLEBNISWORKSHOP Für Kinder mit Eltern und/oder Großeltern

„Frau Leo legt los“ von Natalia Shaloshvili für Kinder von 2 bis 4 Jahren

Ort: Öffentliche Bücherei St. Peter a. O. (in der VS 8093 St. Peter a. O.) oder

Ort: Bücherei Bad Radkersburg, Neubaustraße 9

Referentin: Mag.^a Regine Höller-Rauch, Lesepädagogin, Lesezentrum Steiermark

Veranstaltungen sind in Kooperation mit dem Lesezentrum Steiermark

Radkersburg: Mi 25. September

St. Peter: Di 19. November

jeweils 16.00 – 17.00 Uhr

Kosten: kostenlos



WEIHNACHTSBÄCKEREI Kinder von 2 bis 14 Jahre mit Eltern und/oder Großeltern

Im EKIZ wollen wir die wunderbare Tradition des Weihnachtskekse backen, pflegen und uns miteinander Zeit für einen stimmungsvollen Advent nehmen. Kinder und ihre Eltern oder Großeltern rühren, kneten, backen und verkosten die Leckereien anschließend.

Referentin: Christine Schwarzenberger, dipl. Kindergesundheits- und Ernährungstrainerin

Montag 2. Dezember

15.00 – 17.30 Uhr

Ort: Küche MS Deutsch Goritz

Kosten: 15 Euro inkl. Material

GROSSELTERN - ENKELKINDER - WEIHNACHTSCAFE

Wir laden alle Großeltern und Enkelkinder zu einem gemeinsamen Nachmittag zur Einstimmung auf das Weihnachtsfest ein. Wir werden gemeinsam kreativ sein und einen lustigen, generationenübergreifenden Nachmittag verbringen. Für gemeinsame Jause ist gesorgt. Natürlich dürfen auch Mama oder Papa mitkommen.

Leitung: Sabine Putz, dipl. Gesundheitspädagogin für Kinder

Freitag 13. Dezember

15.00 - 17.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 5 Euro pro Familie



ELTERNBILDUNG

„Elternbildung
macht deine Familie stark“



SÄUGLINGS-WIEDERBELEBUNGSKURS für Kinder im Alter von 0 bis 1 Jahren

Was mache ich, wenn mein Säugling bewusstlos ist oder nicht mehr atmet? Mein Baby hat Spielzeug verschluckt, was ist zu tun? Der Kurs soll den Teilnehmenden Sicherheit geben, bei Säuglingen im Notfall Erste Hilfe zu leisten. Es werden die Kontrolle der lebenswichtigen Funktionen, sowie die richtige Erste Hilfe bei Notfällen, wie etwa Verlegung der Atemwege, besprochen und die Wiederbelebung am Phantom geübt.

Referentin: Stefanie Dunkl BEd., Lehrbeauftragte für Erste Hilfe

Montag 16. September
18.30 - 19.30 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: kostenlos

FRAUENGESUNDHEIT IN ZEITEN VON SCHWANGERSCHAFT, GEBURT UND BABYZEIT

Vorträge: „Schwangerschaft, Zeit der Veränderung- vom Wachsen und Werden – Zeit der guten Hoffnung“ mit Dipl. Hebamme Carina Summer

„Neuer Lebensabschnitt: Eltern werden – Eltern sein“ mit Andrea Koch, MSc, Akademische psychologische Beraterin, Eltern- und Erziehungsberaterin, Reform- und Kindergartenpädagogin,

„Fordernde Babys – achtsames begleiten bei Babytränen“ mit Bettina Niederl, Bsc, freiberufliche DGKKP für Stillberatung, Cs. Kinderosteopathie

Es erwartet Sie ein informativer Vormittag mit Austausch- und Fragemöglichkeiten.

Samstag 5. Oktober
9.00 - 12.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: Kostenlos gefördert im Rahmen des Innovationscall „Impuls Elternbildung des Landes Steiermark, A6

ERSTE HILFE KINDERNOTFALLKURS 2-TEILIG

In diesem 8 stündigen Kurs lernen Sie die Grundlagen und spezielle Maßnahmen bei Kindernotfällen, großen und kleinen Verletzungen kennen. Außerdem werden sie in der Kinderreanimation mit und ohne Defibrillator geschult.

Referentin: Dipl. Soz. Päd. Lore Neuhold, Rettungssanitäterin, Lehrbeauftragte für Erste Hilfe des Roten Kreuz

Montag 30.9. und 7.10.
jeweils von 17.00 - 21.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 94 Euro

SELBSTFÜRSORGEGRUPPE FÜR DIE BEWUSSTE FRAU

Für Mütter und Frauen, die sich selbst ein Geschenk machen wollen:

Me-Time & Persönlichkeitsentwicklung in einer vertrauensvollen Frauenrunde

Egal was dich beschäftigt, in der Selbstfürsorgegruppe für bewusste Frauen bekommst du eine individuelle Begleitung bei deinem persönlichen Prozess innerhalb einer tragenden, vertrauensvollen und wertschätzenden Gruppe. Es werden bewusste Reflexionsräume geschaffen und ein vertieftes Verstehen der eigenen Identität ermöglicht, indem dein Thema aus verschiedenen Blickwinkeln und Dimensionen kompetent und würdevoll begleitet wird. Gemeinsam beschreiten wir deinen Weg. Gehen altbekannte Strecken und wilde Trampelpfade, überwinden die eine oder andere Hürde und finden vielleicht auch den einen oder anderen neuen Weg.

Referentin: Andrea Maria Koch, MSc Adakemische Psychologische Beraterin, Elter- und Erziehungsberaterin, Reform- & Kindergartenpädagogin

Dienstag 01.10., 15.10., 29.10.,
12.11., 26.11.

Jeweils 18.30 - 20.00Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: Kostenlos, gefördert im Rahmen des Innovationscall Impuls Elternbildung vom Land Steiermark A6

TABLET, HANDSPIELE UND CO

Kleinkindliche Mediennutzung unter die Lupe genommen

Die Anziehungskraft, die Bildschirme auf kleine Kinder haben, lässt sich nicht von der Hand weisen. Digitale Geräte verbringen als Ablenker und Ruhigsteller wahre Wunder. Aber ab wann und in welcher Form sind Handy- und Tabletspele oder Plattformen wie YouTube für Kinder geeignet? Welche Auswirkungen haben sie auf die Entwicklung und die Fähigkeit, frei zu spielen? Und wie könnte ein gelungener Umgang mit ihnen innerhalb der Familie aussehen? Dieser Vortrag versucht, Antworten und Tipps zu geben und stellt diese anschließend zur Diskussion.

Referent: Mag. Dr. Harald Koburg, Medienpädagoge Ludovico

Donnerstag 3. Oktober
19.30 Uhr

Ort: online via ZOOM

Zwei und mehr Elterntreff
Kostenlos



HOCHSENSIBLE KINDER – MEHR ALS DRAMAQUEEN UND WEICHEI!

„Warum spielst du nie mit?“ „Warum weinst du schon wieder?“ „Warum muss deine Mama immer dabei sein?“ Solche Sätze kennen viele hochsensible Kinder. Hochsensibilität ist ein Persönlichkeitsmerkmal, das jede/jeder Fünfte in sich trägt, und das von Geburt an. In diesem Vortrag nähern wir uns dem Thema an. Was ist Hochsensibilität? Welche Merkmale haben hochsensible Kinder? Worin unterscheiden sie sich von normal sensiblen Kindern? Und es gibt Infos, Tipps und Tricks, um hochsensible Kinder besser zu verstehen und Sie dabei zu unterstützen, ihr volles Potential zu entfalten!

Referentin: Mag.ª (FH) Maria Spirk, Coach für Hochsensibilität.

Mittwoch, 23. Oktober
19.00 Uhr

Ort: Eltern-Kind-Zentrum

Kosten: 7 Euro

ICH BIN ANDERS UND DAS IST GUT SO!

Besonderheiten der Wahrnehmungs- und Informationsverarbeitung bei Autismus-Spektrum Störungen

„Autismus ist ein komplexes Störungsbild, welches sehr vielfältig und facettenreich ist. Dabei können erstaunliche Dinge geschehen, wenn man den Betroffenen die Chance gibt, ihre Welt mit uns zu teilen!“ Inhalte: Wahrnehmungsbesonderheiten und deren Herausforderungen, Reizüberflutung und daraus resultierende Verhaltensweisen, Besonderheiten und mögliche Hilfestellungen.

Referentin: Mag.ª Krista Steinbäcker, Klinische und Gesundheitspsychologin, Leitung Fortbildungen Libelle-Autismuszentrum

Dienstag 5. November
19.30 Uhr

Ort: online via ZOOM

Zwei und mehr Elterntreff

Kostenlos



KEINE ANGST VOR KINDERTRÄNEN – Die Wichtigkeit des Erlernens von Gefühlen

Kinder müssen erst lernen mit (kleinen und großen) Gefühlen, mit Wut, Angst und Frustrationen, umzugehen. Eltern sind dabei Übungs- und LernpartnerInnen für diese emotionale Selbsterfahrung – das kann sehr herausfordernd sein. Unsere Aufgabe ist es, unsere Kinder bei dieser Entwicklungsaufgabe zu begleiten, um eine gute Basis für sozial-emotionale Kompetenzen zu schaffen.

Referentin: Mag.^a Sabine Rühl-Krainer, Klin.- und Gesundheitspsychologin, Elementarpädagogin

Donnerstag 7. November
19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Kosten: 7 Euro

MENTALE STÄRKE FÜR ELTERN UND KINDER – 2 teiliger Workshop

Eltern und Kinder für die Zukunft mit einfachen mentalen Techniken stärken.

Warum mentale Stärke? Mentale Stärke macht uns stressresistent, lässt uns mit Herausforderungen besser umgehen, das Selbstvertrauen wird gestärkt und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Mentale Techniken können in jedem Alter erlernt werden und in allen Lebensbereichen hilfreich sein. In diesem 2-teiligen Workshop beschäftigen wir uns im 1. Teil mit der mentalen Stärke von uns selbst und im 2. Teil mit der Förderung unserer Kinder.

„Das Glück deines Lebens hängt von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab“ (Marc Aurel)

Referentin: Manuela Maierhofer-Lackner, DGKP, dipl. Mentaltrainerin, dipl. Achtsamkeitstrainerin, dipl. Kinder- und Jugendmentaltrainerin i. A.

Samstag 2. u. 30. November
jeweils von 9.00 - 11.30 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 70 Euro mit
EkiZ Card 65 Euro

KRÄUTER FÜR DIE FRAU – WOHLFÜHLEN IM FRAUSEIN

Frauen durchleben verschiedene Phasen, die von den Veränderungen im Hormonhaushalt geprägt sind. Junge Frauen, Kinderwunsch, Frauen mit Babys, Kleinkindern oder pubertierenden Jugendlichen – in all diesen Lebensphasen können Pflanzen wertvolle Begleiter und Helfer sein. Wie diese Pflanzen Frauen unterstützen können, erfährt ihr in diesem Vortrag. Im Anschluss gibt's genug Zeit für Fragen und einen regen Austausch.

Referentin: Andrea Bregar, Vortragende, Gärtnerin, Autorin, www.lebenmitkraeutern.net

Montag 18. November
18.30 Uhr
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 7 Euro

AROMANWENDUNGEN BEI KLEINKINDERN - WORKSHOP

Aromaanwendungen helfen Babys, Kindern und uns Eltern das Wohlbefinden zu steigern. Ätherische Öle mobilisieren die Selbstheilungskräfte und stärken das Immunsystem. Nutze die Kraft der Natur! Hier erfährst du eine sichere Anwendung von ätherischen Ölen und Hydrolaten bei Kindern zu Themen wie: Schnupfennase, Zahnen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafproblemen uvm.

Referentin: Kerstin Niederl, MAScent (Master of Aromapractice), DGKP, Fußpflege

Mittwoch 27. November
15.30 - 17.00 Uhr
gerne auch mit Kind
Ort: Eltern-Kind-Zentrum
Kosten: 17 Euro

BEWEGUNG MACHT SCHLAU.

Warum Bewegung für das Denken und Lernen so wichtig ist!

Was hilft Ihrem Kind, sich zu konzentrieren, sich vieles zu merken, Ordnung bei den Schulsachen zu halten? Wenn es Probleme beim Lesen, Schreiben, Rechnen oder bei der Konzentration gibt, beginnt die Problematik schon sehr oft bei vielen Grundfertigkeiten, wie ruhiges Sitzen, aufrechte Haltung...etc. Diese Grundfertigkeiten können nicht erzwungen werden. In diesem Vortrag lernen sie die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Sinneswahrnehmung, denken und lernen kennen.

Referentin: Barbara Messner-Siegl, SI (sensorisch-integrative) Mototherapie, Sonderpädagogin

Montag 25. November
19.00 Uhr
Ort: Kindergarten Halbenrain
Kosten: 7 Euro

MOBBINGPRÄVENTION BEI KINDERN –

selbstbewusst und sicher handeln bei Schikanen und Co

Mobbing hat viele Gesichter, auch im Schulalltag. Wann spricht man von Mobbing, wer wird gemobbt und was haben Körperpräsenz, Stimme und Sprache damit zu tun. Was sind die fünf häufigsten Konfliktformen und welche gewaltfreien Strategien gibt es? Welche ganz konkreten Verhaltensmuster und Stärkensätze helfen meinem Kind dabei, die eigene Handlungsfähigkeit auch in schwierigen Situationen aufrechtzuerhalten?

Referentin: Diana Uschner, ausgebildete Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin, Dipl. Physiotherapeutin, Expertin für Mobbingprävention, Dipl. Elternbildnerin

Mittwoch 4. Dezember
19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Kosten: 7 Euro

TUT TOT SEIN WEH? KINDER BEGEGNEN STERBEN, TOD UND TRAUER

Wenn es in einer Familie zu einem Todesfall einer nahen Bezugsperson kommt oder eine lebenslimitierende Erkrankung im Raum steht, ist die neue Lebenssituation für Kinder nicht nur schmerzhaft und belastend, sondern löst auch Verunsicherung, unterschiedliche Ängste und Schuldgefühle oder Fragen aus. Informationsvermittlung und Wissenserweiterung in Bezug auf das Todesverständnis, das Verhalten und die Reaktionen von Kindern und die Möglichkeiten der Unterstützung sind Thema im Vortrag.

Referentin: Mag.^a Christine Tausner, RAINBOWS Steiermark

Dienstag 21. Jänner 2025
19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Zwei und mehr Elterntreff
Kostenlos



“NUR MUT!” – ERMUTIGEN STATT KRITISIEREN

Mit Ermutigung dem Kind zu positive(re)m Verhalten verhelfen Was ist Ermutigung? Wie kann ich in ausweglosen Situationen mit Ermutigung etwas erreichen? Warum tut Mut gut und wie lerne ich zu ermutigen?

Referentin: Mag.^a Silke Grangl, Psychologin, Ermutigungstrainerin (Basis und Master nach Schoenacker)

Donnerstag 13. Februar 2025
19.30 Uhr
Ort: online via ZOOM
Zwei und mehr Elterntreff
Kostenlos



EKIZ-CARD

Komm ... schau bei uns vorbei!

Mit einem Mitgliedsbeitrag von **35 Euro pro Jahr** (mit dem steirischen Familienpass 32 Euro) ist die gesamte Familie inkl. Großeltern für 1 Jahr ab Einzahlung Mitglied im EKIZ. Sie können somit alle EKIZ-Gruppen für diesen Zeitraum

kostenlos besuchen. Ebenso gibt es Ermäßigungen bei verschiedenen anderen Kursen. Sie können die Mitgliedschaft im EKIZ Büro in Weixelbaum oder vor Ort bei den einzelnen Eltern-Kind-Spielgruppen abschließen.

ANMELDUNG UND INFORMATION IM ELTERN-KIND-ZENTRUM

EKIZ Büro: Bettina Öttl und Sabine Putz
 Kontakt: Tel.: 0664-3430440
 Mail: ekiz.radkersburg@aon.at
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at



Online Anmeldung zu allen Kursen ist auf unserer Homepage möglich!

DAS EKIZ BÜRO IST FÜR SIE WÄHREND DER KURSZEITEN GEÖFFNET

Wir sind gerne für Sie da!

Auch wenn wir nicht immer vor Ort sind, sind wir für Ihre Anliegen ganz Ohr und freuen uns auf telefonische Kontaktaufnahme auch außerhalb der Bürozeiten.

Sollten Sie uns nicht erreichen, so rufen wir gerne zurück!



**VORWÄRTS
INS LEBEN**

Gleichgewicht für Körper, Geist und Psyche für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Psychologische Praxis Anneliese Puntigam

0664 751 043 87
 praxis@psychologin-steiermark.at
 8430 Leibnitz | Leopold Figl Str. 1
 Eingang 2 | Ebene 3
www.psychologin-steiermark.at

**HEBAMME
CARINA SUMMER**

LEISTUNGEN
 Mutter-Kind-Pass-Beratung
 Hebammensprechstunde
 Akupunktur
 Geburtsvorbereitung
 Stillvorbereitung/-beratung
 Gewichtskontrollen
 Hausbesuche
 Homöopathie

TERMINVEREINBARUNG UNTER
 0664-4177094 oder
carina.summer@gmx.at

Bettina Niederl
 WÄHREND DER TRAGZEIT DES BABY

- cranio-sacrale Kinderosteopathie
- Beratung bei fordernden Babys
- Schlafberatung
- Stillberatung
- Ernährungsberatung bei Babys

Tel: 0681/84 533 533 | 8341 Paldau 299
www.bettina-niederl.at | [diebabypraxis](http://diebabypraxis.at)
 online Terminbuchung möglich!



Online Anmeldung möglich!
www.ekiz-radkersburg-elterntreff.at



Impressum:
 Herausgeber Verein Elterntreff
 Deutsch Goritz

Obfrau: Mag. Bettina Öttl
 Weixelbaum 51,
 8483 Deutsch Goritz

Grafische Gestaltung:
 Studio 3:16 | www.studio316.si

Ihr Experte für Versicherung, Vorsorge und Vermögen.

Mario Maier

Allianz Kunden-Center Bad Radkersburg
 Hauptplatz 32, 8490 Bad Radkersburg
 Mobil: 0664/492 23 45, Tel/Fax: 03474/82 83

Hoffentlich Allianz.



www.allianz.at



**Raiffeisenbank
Mureck**
www.rbmureck.at

